УДК 504.75.05

ВЛИЯНИЕ ЭКОЛОГИИ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ МОЛОДОГО ЧЕЛОВЕКА

Червяковская Анастасия Михайловна, юридический факультет, 3 курс,
Белорусский государственный университет,
Республика Беларусь, г. Минск

Научный руководитель: Апанович Е. В., старший преподаватель
кафедры физического воспитания и спорта БГУ

В данной статье рассматривается здоровье современной молодежи в условиях экологической обстановки, связь между состоянием экологии и состоянием здоровья человека.

This article addresses the health of modern youth in an ecological situation, the relationship between the state of ecology and the state of human health.

Ключевые слова: экология; влияние экологии на здоровье, заболевания молодежи; качество жизни; урбанизация; загрязнение окружающей среды.

Keywords: ecology; environmental impact on health; youth diseases; quality of life; urbanization; environmental pollution.

«Здоровье – не все, но все
без здоровья ничто»
Сократ

Введение. Проблемы экологии человека, влияния окружающей среды на здоровье людей – являются одними из актуальных проблем, к которым привлечено внимание общественности. С ростом технологического прогресса произошли и продолжают происходить значительные изменения свойств среды, в которой мы обитаем. В связи с ухудшением окружающей среды, появлением новых заболеваний, повышением уровня заболеваемости населения, как никогда важно обратить внимание на наше здоровье.

Здоровье каждого человека является не только индивидуальной ценностью, но и представляет собой социальную и общественную ценность.

Здоровье молодежи – определяет качество нашего будущего.

Цель исследования. Определить влияние факторов экологии на состояние здоровья молодежи.

Задачи:

1) изучить, что такое экология человека;

2) определить взаимосвязь экологии и здоровья человека;

3) рассмотреть положительное влияние экологии на здоровье молодежи;

4) сделать выводы о влиянии окружающей среды на здоровье молодежи, а также о влиянии молодежи на состояние экологии в будущем.

Методы исследования: анализ литературы; системный анализ.

VISIT…

LANZAROTE

Caliente.com

Термин «экология человека» начал употребляться около 100 лет назад. С тех пор он прочно закрепился в научных работах, статьях и темах различных дискуссий, приобрел статус междисциплинарной науки о взаимодействии людей с живыми и неживыми компонентами окружающей среды [3].

С каждым годом состояние окружающей среды ухудшается. Это вызвано постоянным ростом промышленности, урбанизацией и увеличением количества автомобилей. Фенол, окись углерода, диоксид серы и другие токсичные вещества попадают в атмосферу по трубам заводов и с выхлопными газами автомобилей. Современная экология выделяет несколько основных проблем для окружающей среды, вызванных активным развитием промышленности:

загрязнение окружающей среды промышленными отходами;

глобальное потепление и повышение уровня воды в Мировом океане;

мутации вирусных штаммов, эпидемии, рак;

вымирание видов животных, обезлесение;

разрушение озонового слоя в атмосфере;

истощение минеральных ресурсов [2].

Экологические проблемы сегодня рассматриваются как проблемы человеческого сознания и его тесной связи с природой. Становится ясно, что предупреждение и преодоление экологической катастрофы невозможно без изменения сознательного отношения человека и молодежи в частности к окружающей среде, которая, в свою очередь, является ядром экологического сознания. Рассматривая экологическое сознание как часть целостного мировоззрения, необходимо формировать его ключевые установки, основы и ориентации у личности с ранних лет. Экологическое сознание будет служить целостной системой представлений молодых людей о мире, о собственном месте в системе «человек–природа».

Экология играет большую роль в жизни молодежи, она затрагивает все сферы жизни: питание, здоровье, жизнь, настроение. Следует понимать, что с ухудшением состояния окружающей среды снижается качество жизни.

Рассмотрим положительное влияние экологии на здоровье человека.

Тщательно сохраняются места на планете, где экологическая ситуация не подвержена разрушительному влиянию промышленности. Организуются заповедники, заказники, строятся санатории и пансионаты, в которых одними из востребованных мер оздоровления являются воздушные ванны и прогулки, полезные для молодых людей с заболеваниями дыхательных путей, а использование чистой воды применяют в профилактике заболеваний внутренних органов.

Многолетние наблюдения показывают, что качество жизни в экологически чистых районах выше, чем в городах и вблизи промышленных предприятий. Исходя из этого, можно понять, как взаимосвязаны экология и здоровье молодежи.

Далее рассмотрим отрицательное влияние экологии на здоровье молодежи.

Здоровье молодого человека и болезни происходят из окружающей среды, в первую очередь из социальной среды. Здоровье нельзя рассматривать как нечто самостоятельное, автономное. Оно является результатом воздействия социальных и природных факторов. Огромные темпы индустриализации и урбанизации при определенных условиях могут привести к нарушению экологическо-

го баланса и вызвать деградацию не только окружающей среды, но и здоровья молодежи.

Урбанизация, с одной стороны, улучшает условия жизни молодых людей, с другой стороны, приводит к вытеснению природных систем искусственными системами, загрязнению окружающей среды, увеличению химического, физического и умственного стресса, которому подвергается организм человека.

Большой город изменяет почти все компоненты природной среды: атмосферу, растительность, почву, рельеф, гидрографическую сеть, грунтовые воды и даже климат. Города меняют электрические, магнитные и другие физические поля Земли. Воздействие города на грунт простирается на глубину от 0,5 до 4 и даже до 8 тыс. метров. Меняются условия питания грунтовых вод и их химический состав. Физические условия в больших городах хуже, чем в малых. Согласно исследованиям, проведенным в Англии и США, крупные города получают на 15 % меньше солнечной радиации, на 10 % больше осадков, на 10 % больше облачных дней, на 30 % больше тумана летом и на 100 % больше тумана зимой [3].

Распространенность многих заболеваний, не только инфекционных, заметно выше в крупных городах. Например, в городах с населением 1 миллион и более человек рак легких у молодых людей встречается почти в два раза чаще, чем в сельской местности. Бронхит также более распространен в городах.

Растущие города и поселки, строящиеся промышленные комплексы требуют все больше и больше воды. Современные стандарты гигиены и сложные технологические процессы на промышленных предприятиях предъявляют повышенные требования к ее качеству.

Сточные воды традиционно сбрасываются в реки и водохранилища. Многие природные водные бассейны загрязняются и истощены в связи с осложнением состава и увеличением количества промышленных сточных вод. Города засоряют реки и озера, превращая их в канализационные стоки. Большую опасность для молодого поколения представляет загрязнение атмосферы, которое может привести к раковым заболеваниям. Наблюдается значительное увеличение (в 40 раз за 50 лет) заболеваемости раком легких среди городского молодого населения. Среди мужского населения большинства стран рак легких является наиболее частым среди других новообразований. Есть все основания полагать, что рост числа новообразований во многом зависит от постоянно растущего загрязнения окружающей среды, которое является причиной, по меньшей мере, 75 % всех случаев заболевания раком.

Доказано, что уровень инфекционной заболеваемости (без стенокардии и гриппа) среди городского молодого населения, более чем в два раза выше, чем среди сельской молодежи.

Концентрация промышленных предприятий в городах и резкое увеличение числа автомобилей на улицах с вытекающим из этого усилением загрязнения окружающей среды, представляют серьезную угрозу для здоровья миллионов молодых людей.

Чрезмерная нервозность молодежи крупных городов привела к росту потребления снотворного и успокоительного. Например, в Соединенном Королев-

стве органы здравоохранения ежегодно прописывают успокоительные препараты на 25 млн. фунтов стерлингов. Эта атмосфера характерна для городской среды. С одной стороны – это является положительным фактором, так как способствует развитию неврологической и психической устойчивости у подрастающего поколения, поддержанию профессионального и творческого тонуса; с другой – при обработке больших объемов информации нервная система не функционирует на уровне предыдущей адаптации. Это приводит к формированию новых динамических стереотипов, которые в некоторых случаях могут привести к распаду, проявляющемуся в виде неврозов и невротических состояний [1–3].

Несмотря на рост темпов жизни городского населения, как это ни парадоксально, наблюдается отсутствие мотивации к регулярной двигательной активности, что способствует развитию сердечно-сосудистых заболеваний [1].

Особое внимание следует уделять тем факторам городской окружающей среды, которые уже негативно влияют на условия жизни и здоровье молодежи. К таким негативным факторам относятся, прежде всего, постепенное увеличение загрязнения окружающей среды промышленными выбросами и отходами, отставание в развитии санитарно-технических сооружений и инженерного оборудования, рост жилищного фонда, повышение уровня городского шума.

Шум в больших городах снижает продолжительность жизни людей. По данным австрийских исследователей, такое сокращение продолжительности жизни составляет от 8 до 12 лет. Чрезмерный шум может привести к неврастении, психической депрессии, вегетативному неврозу, язве желудка, эндокринным и сердечно-сосудистым заболеваниям. Шум мешает работе и отдыху молодых людей и снижает производительность труда.

Выводы:

1. Влияние экологии на здоровье молодежи – неоспоримо. Экология затрагивает все сферы жизни формирующегося поколения: питание, здоровье, жизнь, настроение.

2. На основании приведенных в статье данных и анализа научной литературы, установлено, что экология может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на здоровье.

3. Положительное влияние экологии на здоровье молодежи проявляется в том, что человек в принципе не может жить вне природы; без воздуха, растений, которые насыщают воздух кислородом, без воды и пищи, которые питают организм. Прогулки на свежем воздухе являются профилактикой заболеваний легких, употребление чистой воды – профилактике заболеваний внутренних органов. Благоприятная экология также оказывает успокаивающее воздействие на нервную систему.

4. Отрицательное влияние экологии на здоровье молодежи проявляется в том, что любая болезнь также приходит из окружающей среды. Эффект «озоновой дыры» влияет на образование злокачественных опухолей, загрязнение атмосферы – на состояние дыхательных путей, а загрязнение вод – на пищеварение, ухудшает общее состояние здоровья человечества. Уровень шума – снижает продолжительность жизни людей.

5. Молодежь обязана безоговорочно принять принципы бережного отношения к окружающей среде и руководствоваться ими перманентно – только в этом случае человечество сможет защитить природу. Именно поэтому так важно просвещать молодых людей об охране окружающей среды с раннего возраста. Судьба планеты во многом зависит от экологической культуры. С годами ответственность за охрану природы ляжет на плечи сегодняшних детей.

Организации по охране экологии, в которых так часто работают молодые люди, представляющие общественный интерес, активно призывают общество быть более ответственными, думать о возможных последствиях непреднамеренного использования ресурсов и загрязнения окружающей среды.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ачкасов, Е. Е. Инструктор здорового образа жизни и Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» : учеб. пособие / Е. Е. Ачкасов, Е. В. Машковский, С. П. Левушкин. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. – 258 с.

2. Ющук, Н. Д. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний : учеб. пособие / Н. Д. Ющук, И. В. Маев, К. Г. Гуревич. – М.: Практика, 2015. – 420 с.

3. Красоткина, И. Н. Биоритмы и здоровье / И. Н. Красоткина // Серия: Здоровый образ жизни. – Москва: Гостехиздат, 2016. – 224 с.

an.charviakouskaya@gmail.com